



FUNKTIONSBESCHRIEB METALL-ELEMENT

IN BEZUG AUF DAS GEWEBE, DIE SINNE UND DIE ORGANFUNKTIONEN

Lebensfunktionen des Metall-Elements nach TCM & Zen-Shiatsu

Lunge: Aufnahme von Qi (in Form von Sauerstoff)

Dickdarm: Ausscheidung & Loslassen (physisch & mental, emotional)

Organfunktionen

Aufgaben der Lunge: Über die Lunge wird Sauerstoff aus der Luft aufgenommen, sowie auch Lebensenergie (Qi), sie ist zuständig für die Verteilung von Qi und Körperflüssigkeiten (Gasaustausch & Transport) und unterstützt die Abwehrenergie des Immunsystems (nach TCM Wie-Qi genannt), körperlicher Bezug nach TCM zu Haut/Fell, sowie Nase & Geruchssinn.

Aufgaben des Dickdarms: Der Dickdarm ist der letzte Abschnitt des Verdauungstrakts und resorbiert die Flüssigkeiten. So wird der Speisebrei eingedickt und reduziert, bevor er ausgeschieden wird. Er ist zuständig für die Ausscheidung von Stoffwechselprodukten und lässt los, was der Körper nicht mehr benötigt. Somit unterstützt er auch die innere Reinigung.

Zugeordnetes Gewebe

Haut und Schleimhäute, Fell, die Atemwege, Dickdarm

Sinnesorgan

Nase/Nüstern – Atmung (welche die Innenwelt mit der Aussenwelt verbindet)

Emotion

Trauer

Körperflüssigkeit

Schleim

Geschmack

scharf

(Ingwer, Knoblauch...)

ÜBUNG METALL-ELEMENT:

Zähle gute Eigenschaften resp. lebenswichtige Funktionen auf:

Beispiel:

Organfunktion: Lunge: Aufnahme von Sauerstoff

Ergänze mit zu zuordnenden Störungen (Disharmonien):

Beispiel:

Organfunktion: Lunge: Lungenkrankheiten